

El menú de tu hijo@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.F

C.E.I.P LAS ARTES Sin lactosa

ABRIL 2021



LUNES 5

VACACIONES SEMANA SANTA



MARTES 6

Espaguetis salteados
Pavo a la plancha
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca

MIÉRCOLES 7

Arroz c/verduras
Tortilla francesa
Lechuga y remolacha
Pan y Fruta fresca

JUEVES 1

VACACIONES SEMANA SANTA

VIERNES 2

VACACIONES SEMANA SANTA



LUNES 12

Macarrones con tomate
Revuelto de pavo
Lechuga y aceitunas
Pan y Fruta fresca



MARTES 13

Alubias pintas con verduras
Bacalao al horno
Lechuga y maíz
Pan y yogur de soja

MIÉRCOLES 14

Crema de calabacín
Albóndigas sin lácteos c/tomate
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca

JUEVES 15

Arroz caldoso con pollo
Pescadilla al horno c/ajo y perejil
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

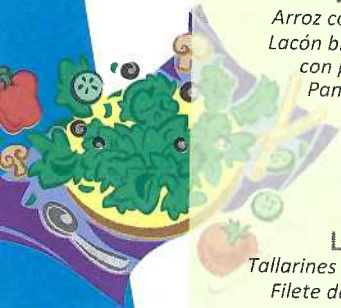
VIERNES 16

Sopa de fideos
Cocido sin embutido
Pan y yogur de soja



LUNES 19

Arroz con salsa de tomate
Lacón braseado sin lácteos
con patata al horno
Pan y Fruta fresca



MARTES 20

Lentejas estofadas
Merluza al horno
Lechuga y maíz
Pan y yogur de soja

MIÉRCOLES 21

Coditos con tomate
Filete de pollo
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

JUEVES 22

Pataías guisadas con magro
Abadejo al horno
con guisantes
Pan y Fruta fresca

VIERNES 23

Crema de coliflor y puerro
Cinta de lomo
Patatas fritas
Pan y yogur de soja



LUNES 26

Tallarines con verduras al wok
Filete de caballa al horno
con pisto
Pan/Fruta fresca

MARTES 27

Alubia blancas
Tortilla francesa
Con lechuga y tomate
Pan y yogur de soja

MIÉRCOLES 28

Arroz a banda
Gallo en salsa zanahorias
Lechuga y espárragos
Pan/Fruta fresca

JUEVES 29

Pure de verduras
Ragout ternera a la jardinera
Patatas fritas
Pan/Fruta fresca

VIERNES 30

Sopa de fideos
Cocido sin embutido
Pan y yogur de soja



El menú de tu hijo@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

C.E.I.P LAS ARTES Sin PLV

ABRIL 2021



LUNES 5

VACACIONES SEMANA SANTA



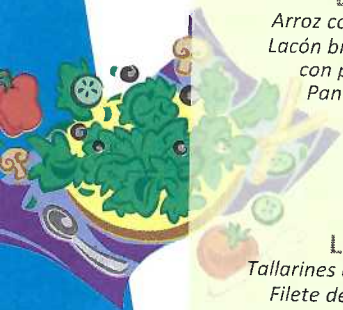
LUNES 12

Macarrones con tomate
Revuelto de pavo
Lechuga y aceitunas
Pan y Fruta fresca



LUNES 19

Arroz con salsa de tomate
Lacón braseado sin lácteos
con patata al horno
Pan y Fruta fresca



LUNES 26

Tallarines con verduras al wok
Filete de caballa al horno
con pisto
Pan/Fruta fresca

MARTES 6

Espaguetis salteados
Pavo a la plancha
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca

MARTES 13

Alubias pintas con verduras
Bacalao al horno
Lechuga y maíz
Pan y yogur de soja

MARTES 20

Lentejas estofadas
Merluza al horno
Lechuga y maíz
Pan y yogur de soja

MARTES 27

Alubia blancas
Tortilla francesa
Con lechuga y tomate
Pan y yogur de soja

MIÉRCOLES 7

Arroz c/verduras
Tortilla francesa
Lechuga y remolacha
Pan y Fruta fresca

MIÉRCOLES 14

Crema de calabacín
Pollo c/tomate
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca

MIÉRCOLES 21

Coditos con tomate
Filete de pollo
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

MIÉRCOLES 28

Arroz a banda
Gallo en salsa zanahorias
Lechuga y espárragos
Pan/Fruta fresca

JUEVES 1

VACACIONES SEMANA SANTA

JUEVES 8

Lentejas con verduras
Merluza al horno con salsa
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

JUEVES 15

Arroz caldoso con pollo
Pescadilla al horno c/ajo y perejil
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

JUEVES 22

Patatas guisadas con magro
Abadejo al horno
con guisantes
Pan y Fruta fresca

JUEVES 29

Pure de verduras
Ragout ternera a la jardinera
Patatas fritas
Pan/Fruta fresca

VIERNES 2

VACACIONES SEMANA SANTA

VIERNES 9

Judías verdes con tomate
Pollo al Horno
Patatas fritas
Pan y yogur de soja

VIERNES 16

Sopa de fideos
Cocido sin embutido
ni ternera
Pan y yogur de soja

VIERNES 23

Crema de coliflor y puerro
Cinta de lomo
Patatas fritas
Pan y yogur de soja

VIERNES 30

Sopa de fideos
Cocido sin embutido
ni ternera
Pan y yogur de soja



El menú de tu hijo@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

C.E.I.P LAS ARTES Sin gluten

ABRIL 2021



LUNES 5

VACACIONES SEMANA SANTA



MARTES 6

Pasta sin gluten salteada
Cordon blue de pavo
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca

MIERCOLES 7

Arroz tres delicias
Tortilla de queso
Lechuga y remolacha
Pan y Fruta fresca

JUEVES 1

VACACIONES SEMANA SANTA

VIERNES 2

VACACIONES SEMANA SANTA



LUNES 12

Pasta sin gluten c/tomate
Revuelto de pavo
Lechuga y aceitunas
Pan y Fruta fresca



MARTES 13

Alubias pintas con verduras
Bacalao al horno
Lechuga y maíz
Pan y natillas

MIERCOLES 14

Crema de calabacín
Albóndigas sin gluten c/tomate
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca

JUEVES 15

Arroz caldoso con pollo
Pescadilla al horno c/ajo y perejil
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

VIERNES 16

Sopa de fideos sin gluten
Cocido sin embutido
Pan y yogur sabor



LUNES 19

Arroz con salsa de tomate
Lacón braseado sin gluten
con patata al horno
Pan y Fruta fresca



MARTES 20

Puré de zanahoria
Merluza al horno
Lechuga y maíz
Pan y natillas

MIERCOLES 21

Pasta sin gluten c/tomate
Filete de pollo
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

JUEVES 22

Patatas guisadas con magro
Abadejo al horno
con guisantes
Pan y Fruta fresca

VIERNES 23

Crema de coliflor y puerro
Cinta de lomo
Patatas fritas
Pan y yogur sabor



LUNES 26

Pasta sin gluten c/verduras
Filete de caballa al horno
con pisto
Pan/Fruta fresca

MARTES 27

Alubia blancas
Tortilla francesa
Con lechuga y tomate
Pan y yogur sabor

MIERCOLES 28

Arroz a banda
Gallo en salsa zanahorias
Lechuga y espárragos
Pan/Fruta fresca

JUEVES 29

Pure de verduras
Ragout ternera a la jardinera
Patatas fritas
Pan/Fruta fresca

VIERNES 30

Sopa de fideos sin gluten
Cocido sin embutido
Pan y natillas



El menú de tu hijo@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

C.E.I.P LAS ARTES Sin pescado

ABRIL 2021



LUNES 5

VACACIONES SEMANA SANTA



MARTES 6

Espaguetis salteados con pavo
Cordon blue de pavo
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca

MIERCOLES 7

Arroz tres delicias
Tortilla de queso
Lechuga y remolacha
Pan y Fruta fresca

JUEVES 1

VACACIONES SEMANA SANTA

JUEVES 8

Lentejas con verduras
Lomo a la plancha
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

VIERNES 2

VACACIONES SEMANA SANTA

VIERNES 9

Judías verdes con tomate
Pollo al Horno
Patatas fritas
Pan y yogur sabor



LUNES 12

Macarrones con tomate
Revuelto de pavo
Lechuga y aceitunas
Pan y Fruta fresca



MARTES 13

Alubias pintas con verduras
Pollo al horno
Lechuga y maíz
Pan y natillas

MIERCOLES 14

Crema de calabacín
Albóndigas con tomate
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca

JUEVES 15

Arroz caldoso con pollo
Ternera en salsa
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

VIERNES 16

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan y yogur sabor



LUNES 19

Arroz con salsa de tomate
Lacón braseado con patata al horno
Pan y Fruta fresca



MARTES 20

Lentejas estofadas
Ternera a la plancha
Lechuga y maíz
Pan y natillas

MIERCOLES 21

Coditos con tomate
Filete de pollo
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

JUEVES 22

Patatas guisadas con magro
Pavo a la plancha con guisantes
Pan y Fruta fresca

VIERNES 23

Crema de coliflor y puerro
Cinta de lomo
Patatas fritas
Pan y yogur sabor



LUNES 26

Tallarines con verduras al wok
Pollo al horno con pisto
Pan/Fruta fresca

MARTES 27

Alubia blancas
Tortilla francesa
Con lechuga y tomate
Pan y yogur sabor

MIERCOLES 28

Arroz c/verduras
Lomo a la plancha
Lechuga y espárragos
Pan/Fruta fresca

JUEVES 29

Pure de verduras
Ragout ternera a la jardinera
Patatas fritas
Pan/Fruta fresca

VIERNES 30

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan y natillas

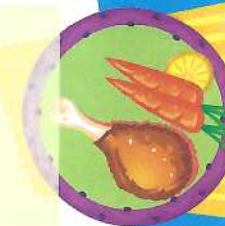
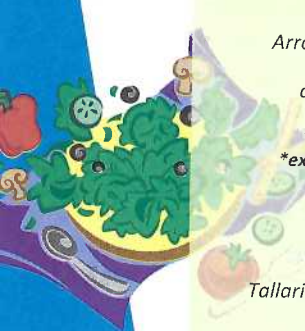


El menú de tu hijo

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.F

C.E.I.P LAS ARTES Sin pescado, legumbre, setas, marisco, frutos secos, frutas y rosáceas

ABRIL 2021



LUNES 5

VACACIONES SEMANA SANTA

LUNES 12

Macarrones con tomate
Revuelto de pavo
Lechuga y aceitunas
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**excepto frutas y rosáceas*

LUNES 19

Arroz con salsa de tomate
Lacón braseado con patata al horno
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**excepto frutas y rosáceas*

LUNES 26

Tallarines con verduras al wok
Pollo al horno con pisto
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**excepto frutas y rosáceas*

MARTES 6

Espaguetis salteados con pavo
Cordon blue de pavo
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**excepto frutas y rosáceas*

MARTES 13

Verduras salteadas sin legumbre
Pollo al horno
Lechuga y maíz
Pan y natillas
**pan sin frutos secos*

MARTES 20

Puré de zanahoria
Ternera a la plancha
Lechuga y maíz
Pan y natillas
**pan sin frutos secos*

MARTES 27

Crema de puerros
Tortilla francesa
Con lechuga y tomate
Pan y yogur sabor
**pan sin frutos secos*

MIERCOLES 7

Arroz c/verduras
Tortilla de queso
Lechuga y remolacha
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**excepto frutas y rosáceas*

MIERCOLES 14

Crema de calabacín
Albóndigas (sin soja) c/tomate
Patatas fritas
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**excepto frutas y rosáceas*

MIERCOLES 21

Coditos con tomate
Filete de pollo
Ensalada lechuga y tomate
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**excepto frutas y rosáceas*

MIERCOLES 28

Arroz c/verduras
Lomo a la plancha
Lechuga y espárragos
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**excepto frutas y rosáceas*

JUEVES 1

VACACIONES SEMANA SANTA

JUEVES 8

Crema de verduras
Lomo a la plancha
Ensalada lechuga y tomate
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**excepto frutas y rosáceas*

JUEVES 15

Arroz caldoso con pollo
Ternera en salsa
Ensalada lechuga y tomate
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**excepto frutas y rosáceas*

JUEVES 22

Patatas guisadas con magro
Pavo a la plancha con guisantes con ensalada
**pan sin frutos secos*
**excepto frutas y rosáceas*

JUEVES 29

Pure de verduras
Ragout ternera a la jardinera
Patatas fritas
Pan y postre
**pan sin frutos secos*
**excepto frutas y rosáceas*

VIERNES 2

VACACIONES SEMANA SANTA

VIERNES 9

Arroz salteado
Pollo al Horno
Patatas fritas
Pan y yogur sabor
**pan sin frutos secos*

VIERNES 16

Sopa de fideos
Carne con patata y zanahoria
Pan y yogur sabor
**pan sin frutos secos*

VIERNES 23

Crema de coliflor y puerro
Cinta de lomo
Patatas fritas
Pan y yogur sabor
**pan sin frutos secos*

VIERNES 30

Sopa de fideos
Carne con patata y zanahoria
Pan y natillas
**pan sin frutos secos*

El menú de tu hijo@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

C.E.I.P LAS ARTES Sin huevo, frutos secos, legumbre

ABRIL 2021



LUNES 5

VACACIONES SEMANA SANTA



MARTES 6

Pasta sin huevo salteada
Cordon blue de pavo
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

MIERCOLES 7

Arroz c/verduras
Pollo a la plancha
Lechuga y remolacha
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 1

VACACIONES SEMANA SANTA

VIERNES 2

VACACIONES SEMANA SANTA



LUNES 12

Pasta sin huevo c/tomate
Pavo a la plancha
Lechuga y aceitunas
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

MARTES 13

Verduras salteadas sin legumbre
Bacalao al horno
Lechuga y maíz
Pan y natillas
*pan sin frutos secos

MIERCOLES 14

Crema de calabacín
Albóndigas sin huevo c/tomate
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 15

Arroz caldoso con pollo
Pescadilla al horno c/ajo y perejil
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

VIERNES 16

Sopa de fideos
Carne con patata y zanahoria
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos



LUNES 19

Arroz con salsa de tomate
Lacón braseado sin soja
con patata al horno
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

MARTES 20

Purè de zanahoria
Merluza al horno
Lechuga y maíz
Pan y natillas
*pan sin frutos secos

MIERCOLES 21

Pasta sin huevo c/tomate
Filete de pollo
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 22

Patatas guisadas con magro
Abadejo al horno
con ensalada
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

VIERNES 23

Crema de coliflor y puerro
Cinta de lomo
Patatas fritas
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos



LUNES 26

Pasta sin huevo c/verduras
Filete de caballa
con pisto
Pan/Fruta fresca
*pan sin frutos secos

MARTES 27

Crema de puerros
Pollo al horno
Con lechuga y tomate
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

MIERCOLES 28

Arroz a banda
Gallo en salsa zanahorias
Lechuga y espárragos
Pan/Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 29

Pure de verduras
Ragout ternera a la jardinera
Patatas fritas
Pan/Fruta fresca
*pan sin frutos secos

VIERNES 30

Sopa de fideos
Carne con patata y zanahoria
Pan y natillas
*pan sin frutos secos



El menú de tu hijo@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.F

C.E.I.P LAS ARTES Sin huevo, frutos secos

ABRIL 2021



LUNES 5

VACACIONES SEMANA SANTA



MARTES 6

Pasta sin huevo salteada
Cordón blue de pavo
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

MIÉRCOLES 7

Arroz c/verduras
Pollo a la plancha
Lechuga y remolacha
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 1

VACACIONES SEMANA SANTA

JUEVES 8

Lentejas con verduras
Merluza al horno con salsa
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

VIERNES 2

VACACIONES SEMANA SANTA

VIERNES 9

Judías verdes con tomate
Pollo al Horno
Patatas fritas
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos



LUNES 12

Pasta sin huevo c/tomate
Pavo a la plancha
Lechuga y aceitunas
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos



MARTES 13

Alubias pintas con verduras
Bacalao al horno
Lechuga y maíz
Pan y natillas
*pan sin frutos secos

MIÉRCOLES 14

Crema de calabacín
Albóndigas sin huevo c/tomate
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 15

Arroz caldoso con pollo
Pescadilla al horno c/ajo y perejil
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

VIERNES 16

Sopa de fideos sin huevo
Cocido sin embutido
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos



LUNES 19

Arroz con salsa de tomate
Lacón braseado con patata al horno
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos



MARTES 20

Lentejas estofadas
Merluza al horno
Lechuga y maíz
Pan y natillas
*pan sin frutos secos

MIÉRCOLES 21

Pasta sin huevo c/tomate
Filete de pollo
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 22

Patatas guisadas con magro
Abadejo al horno con guisantes
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

VIERNES 23

Crema de coliflor y puerro
Cinta de lomo
Patatas fritas
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos



LUNES 26

Pasta sin huevo c/verduras
Filete de caballa con pisto
Pan/Fruta fresca
*pan sin frutos secos

MARTES 27

Alubia blancas
Pollo al horno
Con lechuga y tomate
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

MIÉRCOLES 28

Arroz a banda
Gallo en salsa zanahorias
Lechuga y espárragos
Pan/Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 29

Pure de verduras
Ragout ternera a la jardinera
Patatas fritas
Pan/Fruta fresca
*pan sin frutos secos

VIERNES 30

Sopa de fideos sin huevo
Cocido sin embutido
Pan y natillas
*pan sin frutos secos



El menú de tu hijo@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

C.E.I.P LAS ARTES Sin lentejas

ABRIL 2021



LUNES 5

VACACIONES SEMANA SANTA



MARTES 6
Espaguetis salteados con pavo
Cordon blue de pavo
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca

MIERCOLES 7

Arroz tres delicias
Tortilla de queso
Lechuga y remolacha
Pan y Fruta fresca

JUEVES 1

VACACIONES SEMANA SANTA

VIERNES 2

VACACIONES SEMANA SANTA



LUNES 12

Macarrones con tomate
Revuelto de pavo
Lechuga y aceitunas
Pan y Fruta fresca

MARTES 13
Alubias pintas con verduras
Taqitos de bacalao
Lechuga y maíz
Pan y natillas

MIERCOLES 14

Crema de calabacín
Albóndigas con tomate
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca

JUEVES 15

Arroz caldoso con pollo
Pescadilla al horno c/ajo y perejil
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

VIERNES 16

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan y yogur sabor



LUNES 19

Arroz con salsa de tomate
Lacón braseado con patata al horno
Lechuga y maíz
Pan y Fruta fresca

MARTES 20
Puré de zanahoria
Merluza a la romana
Lechuga y maíz
Pan y natillas

MIERCOLES 21

Coditos con tomate
Filete de pollo
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

JUEVES 22

Patatas guisadas con magro
Abadejo al horno con guisantes
Pan y Fruta fresca

VIERNES 23

Crema de coliflor y puerro
Cinta de lomo
Patatas fritas
Pan y yogur sabor



LUNES 26

Tallarines con verduras al wok
Filete de caballa con pisto
Pan/Fruta fresca

MARTES 27
Alubia blancas
Huevos villarroy
Con lechuga y tomate
Pan y yogur sabor

MIERCOLES 28

Arroz a banda
Gallo en salsa zanahorias
Lechuga y espárragos
Pan/Fruta fresca

JUEVES 29

Pure de verduras
Ragout ternera a la jardinera
Patatas fritas
Pan/Fruta fresca

VIERNES 30

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan y natillas



El menú de tu hijo@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

C.E.I.P LAS ARTES Sin frutos secos

ABRIL 2021



LUNES 5

VACACIONES SEMANA SANTA



MARTES 6

Espaguetis salteados con pavo
Cordon blue de pavo
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

MIERCOLES 7

Arroz tres delicias
Tortilla de queso
Lechuga y remolacha
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 1

VACACIONES SEMANA SANTA

VIERNES 2

VACACIONES SEMANA SANTA



LUNES 12

Macarrones con tomate
Revuelto de pavo
Lechuga y aceitunas
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

MARTES 13

Alubias pintas con verduras
Taqitos de bacalao
Lechuga y maíz
Pan y natillas
*pan sin frutos secos

MIERCOLES 14

Crema de calabacín
Albóndigas con tomate
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 15

Arroz caldoso con pollo
Pescadilla al horno c/ajo y perejil
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

VIERNES 16

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos



LUNES 19

Arroz con salsa de tomate
Lacón braseado con patata al horno
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

MARTES 20

Lentejas estofadas
Merluza a la romana
Lechuga y maíz
Pan y natillas
*pan sin frutos secos

MIERCOLES 21

Coditos con tomate
Filete de pollo
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 22

Patatas guisadas con magro
Abadejo al horno con guisantes
Pan y Fruta fresca
*pan sin frutos secos

VIERNES 23

Crema de coliflor y puerro
Cinta de lomo
Patatas fritas
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos



LUNES 26

Tallarines con verduras al wok
Filete de caballa con pisto
Pan/Fruta fresca
*pan sin frutos secos

MARTES 27

Alubia blancas
Huevos villarroy
Con lechuga y tomate
Pan y yogur sabor
*pan sin frutos secos

MIERCOLES 28

Arroz a banda
Gallo en salsa zanahorias
Lechuga y espárragos
Pan/Fruta fresca
*pan sin frutos secos

JUEVES 29

Pure de verduras
Ragout ternera a la jardinera
Patatas fritas
Pan/Fruta fresca
*pan sin frutos secos

VIERNES 30

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan y natillas
*pan sin frutos secos



El menú de tu hijo

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.F

C.E.I.P LAS ARTES Sin huevo

ABRIL 2021



LUNES 5

VACACIONES SEMANA SANTA



MARTES 6

Pasta sin huevo salteada
Cordon blue de pavo
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca

MIERCOLES 7

Arroz c/verduras
Pollo a la plancha
Lechuga y remolacha
Pan y Fruta fresca

JUEVES 1

VACACIONES SEMANA SANTA

VIERNES 2

VACACIONES SEMANA SANTA



LUNES 12

Pasta sin huevo c/tomate
Pavo a la plancha
Lechuga y aceitunas
Pan y Fruta fresca

MARTES 13

Alubias pintas con verduras
Bacalao al horno
Lechuga y maíz
Pan y natillas

MIERCOLES 14

Crema de calabacín
Albóndigas sin huevo c/tomate
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca

JUEVES 15

Arroz caldoso con pollo
Pescadilla al horno c/ajo y perejil
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

VIERNES 16

Sopa de fideos sin huevo
Cocido sin embutido
Pan y yogur sabor



LUNES 19

Arroz con salsa de tomate
Lacón braseado con patata al horno
Pan y Fruta fresca

MARTES 20

Lentejas estofadas
Merluza al horno
Lechuga y maíz
Pan y natillas

MIERCOLES 21

Pasta sin huevo c/tomate
Filete de pollo
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

JUEVES 22

Patatas guisadas con magro
Abadejo al horno con guisantes
Pan y Fruta fresca

VIERNES 23

Crema de coliflor y puerro
Cinta de lomo
Patatas fritas
Pan y yogur sabor



LUNES 26

Pasta sin huevo c/verduras
Filete de caballa con pisto
Pan/Fruta fresca

MARTES 27

Alubia blancas
Pollo al horno
Con lechuga y tomate
Pan y yogur sabor

MIERCOLES 28

Arroz a banda
Gallo en salsa zanahorias
Lechuga y espárragos
Pan/Fruta fresca

JUEVES 29

Pure de verduras
Ragout ternera a la jardinera
Patatas fritas
Pan/Fruta fresca

VIERNES 30

Sopa de fideos sin huevo
Cocido sin embutido
Pan y natillas



El menú de tu hijo

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

C.E.I.P LAS ARTES Sin huevo, marisco, calamar

ABRIL 2021



LUNES 5

VACACIONES SEMANA SANTA



MARTES 6

Pasta sin huevo salteada
Cordon blue de pavo
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca

MIERCOLES 7

Arroz c/verduras
Pollo a la plancha
Lechuga y remolacha
Pan y Fruta fresca

JUEVES 1

VACACIONES SEMANA SANTA

JUEVES 8

Lentejas con verduras
Merluza al horno con salsa
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

VIERNES 2

VACACIONES SEMANA SANTA

VIERNES 9

Judías verdes con tomate
Pollo al Horno
Patatas fritas
Pan y yogur sabor



LUNES 12

Pasta sin huevo c/tomate
Pavo a la plancha
Lechuga y aceitunas
Pan y Fruta fresca



MARTES 13

Alubias pintas con verduras
Bacalao al horno
Lechuga y maíz
Pan y natillas

MIERCOLES 14

Crema de calabacín
Albóndigas sin huevo c/tomate
Patatas fritas
Pan y Fruta fresca

JUEVES 15

Arroz caldoso con pollo
Pescadilla al horno c/ajo y perejil
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

VIERNES 16

Sopa de fideos sin huevo
Cocido sin embutido
Pan y yogur sabor



LUNES 19

Arroz con salsa de tomate
Lacón braseado con patata al horno
Pan y Fruta fresca



MARTES 20

Lentejas estofadas
Merluza al horno
Lechuga y maíz
Pan y natillas

MIERCOLES 21

Pasta sin huevo c/tomate
Filete de pollo
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

JUEVES 22

Patatas guisadas con magro
Abadejo al horno con guisantes
Pan y Fruta fresca

VIERNES 23

Crema de coliflor y puerro
Cinta de lomo
Patatas fritas
Pan y yogur sabor



LUNES 26

Pasta sin huevo c/verduras
Filete de caballa con pisto
Pan/Fruta fresca

MARTES 27

Alubia blancas
Pollo al horno
Con lechuga y tomate
Pan y yogur sabor

MIERCOLES 28

Arroz con verduras
Gallo en salsa zanahorias
Lechuga y espárragos
Pan/Fruta fresca

JUEVES 29

Pure de verduras
Ragout ternera a la jardinera
Patatas fritas
Pan/Fruta fresca

VIERNES 30

Sopa de fideos sin huevo
Cocido sin embutido
Pan y natillas



El menú de tu hijo

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

C.E.I.P LAS ARTES Bajo en grasa (1 puré semanal, resto verdura, legumbre huevo y pasta 2/semana)

ABRIL 2021



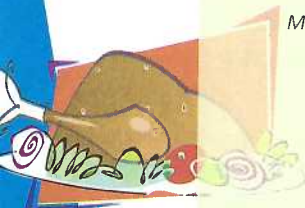
LUNES 5

VACACIONES SEMANA SANTA



LUNES 12

Macarrones con tomate
Revuelto de pavo
Lechuga
Pan y Fruta fresca



LUNES 19

Arroz con salsa de tomate
Lacón braseado
con patata al horno
Pan y Fruta fresca



LUNES 26

Tallarines con verduras al wok
Filete de caballa al horno
con pisto
Pan/Fruta fresca

MARTES 6

Espaguetis salteados
Pavo a la plancha
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca

MARTES 13

Alubias pintas con verduras
Bacalao al horno
Lechuga y maíz
Pan y yogur desnatado

MARTES 20

Lentejas estofadas
Merluza al horno
Lechuga y maíz
Pan y yogur desnatado

MARTES 27

Alubia blancas
Tortilla francesa
Con lechuga y tomate
Pan y yogur desnatado

MIERCOLES 7

Arroz con verduras
Tortilla francesa
Lechuga y remolacha
Pan y Fruta fresca

MIERCOLES 14

Crema de calabacín
Ternera c/tomate
Patatas vapor
Pan y Fruta fresca

MIERCOLES 21

Coditos con tomate
Filete de pollo plancha
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

MIERCOLES 28

Arroz c/verduras
Gallo en salsa zanahorias
Lechuga y espárragos
Pan/Fruta fresca

JUEVES 1

VACACIONES SEMANA SANTA

JUEVES 8

Lentejas con verduras
Merluza al horno con salsa
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

JUEVES 15

Arroz caldoso con pollo
Pescadilla al horno c/ajo y perejil
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca

JUEVES 22

Patatas guisadas con magro
Abadejo al horno
con guisantes
Pan y Fruta fresca

JUEVES 29

Pure de verduras
Ternera a la plancha con
ensalada
Pan/Fruta fresca

VIERNES 2

VACACIONES SEMANA SANTA

VIERNES 9

Judías verdes con tomate
Pollo al Horno
ensalada
Pan y yogur desnatado

VIERNES 16

Sopa de fideos
Cocido sin embutido
Pan y yogur desnatado

VIERNES 23

Crema de coliflor y puerro
Cinta de lomo
ensalada
Pan y yogur desnatado

VIERNES 30

Sopa de fideos
Cocido sin embutido
Pan y yogur desnatado



El menú de tu hijo

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

C.E.I.P LAS ARTES Fácil masticación

ABRIL 2021



LUNES 5

VACACIONES SEMANA SANTA



MARTES 6

Espaguetis salteados
Pavo a la plancha
Ensalada lechuga y zanahoria
Pan y Fruta fresca
*pan de molde, fruta madura

MIÉRCOLES 7

Arroz c/verdura
Tortilla de queso
Lechuga y remolacha
Pan y Fruta fresca
*pan de molde, fruta madura

JUEVES 1

VACACIONES SEMANA SANTA

VIERNES 2

VACACIONES SEMANA SANTA



LUNES 12

Macarrones con tomate
Revuelto de pavo
Lechuga
Pan y Fruta fresca
*pan de molde, fruta madura

MARTES 13

Alubias pintas con verduras
Bacalao al horno
Patatas al horno
Pan y natillas
*pan de molde

MIÉRCOLES 14

Crema de calabacín
Albóndigas con tomate
Patatas al horno
Pan y Fruta fresca
*pan de molde, fruta madura

JUEVES 15

Arroz caldoso con verdura
Pescadilla al horno c/ajo y perejil
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca
*pan de molde, fruta madura

VIERNES 16

Sopa de cocido con fideos
Cocido sin embutido
Pan y yogur sabor
*pan de molde



LUNES 19

Arroz con salsa de tomate
Pavo a la plancha
con patata al horno
Pan y Fruta fresca
*pan de molde, fruta madura

MARTES 20

Lentejas estofadas
Merluza al horno
Lechuga y maíz
Pan y natillas
*pan de molde

MIÉRCOLES 21

Coditos con tomate
Pollo en salsa deshilachado
Ensalada lechuga y tomate
Pan y Fruta fresca
*pan de molde, fruta madura

JUEVES 22

Patatas guisadas con mayro
Abadejo al horno
con guisantes
Pan y Fruta fresca
*pan de molde, fruta madura

VIERNES 23

Crema de coliflor y puerro
Pavo a la plancha
patatas vapor
Pan y yogur sabor
*pan de molde



LUNES 26

Tallarines con verduras al wok
Filete de caballa al horno
con pisto
Pan/Fruta fresca
*pan de molde, fruta madura

MARTES 27

Alubia blancas
Tortilla francesa
Con lechuga y tomate
Pan y yogur sabor
*pan de molde

MIÉRCOLES 28

Arroz a banda
Gallo en salsa zanahorias
Lechuga y espárragos
Pan/Fruta fresca
*pan de molde, fruta madura

JUEVES 29

Pure de verduras
Ragout ternera a la jardinera
patatas al horno
Pan/Fruta fresca
*pan de molde, fruta madura

VIERNES 30

Sopa de cocido con fideos
Cocido sin embutido
Pan y natillas
*pan de molde

